

**STRATEGI KOPING WANITA DALAM MENGHADAPI KONFLIK
PERAN GANDA**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Derajat Sarjana S-1 Psikologi



Dhanang Dwi Saputro

F.100110107

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2016

HALAMAN PERSETUJUAN

STRATEGI KOPING WANITA DALAM MENGHADAPI KONFLIK PERAN GANDA NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Oleh:

Dhanang Dwi Saputro

F.100110107

Telah disetujui untuk dipertahankan

Di depan Dewan Penguji

Oleh:

Pembimbing Skripsi,



Aad Satria Permadi, S.Psi, MA

Tanggal, 9 Mei 2016

HALAMAN PENGESAHAN

STRATEGI KOPING WANITA DALAM MENGHADAPI KONFLIK PERAN GANDA

Yang Disusun oleh :

DHANANG DWI SAPUTRO

F.100110107

Telah disetujui untuk dipertahankan

di depan dewan penguji

Pada Tanggal 18 Mei 2016

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat :

Penguji Utama

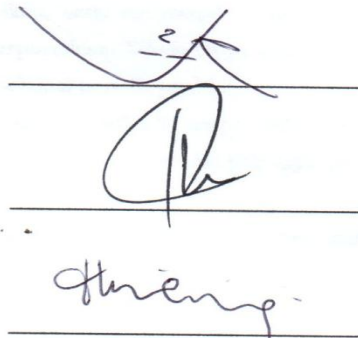
Aad Satria Permadi, S.Psi., M.A

Penguji I

Taufik, M.Si., Ph.D

Penguji II

Wisnu Sri Hertinjung, S.Psi., M.Psi, Psi



Surakarta, 9 Juni 2016

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan



Taufik Kasturi, S. Psi., M.Si., Ph.D

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidak benaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggung jawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 09 Mei 2016

Penulis



Dhanang Dwi Saputro

F.100 110 107

STRATEGI KOPING WANITA DALAM MENGHADAPI KONFLIK PERAN GANDA

Dhanang Dwi Saputro

dhanangdwisaputro@gmail.com

Pembimbing:

Aad Satria Permadi, S.Psi., MA

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

ABSTRAKSI

Wanita bekerja merupakan fenomena biasa yang kita saksikan dewasa ini. Semakin berkembangnya perindustrian, semakin banyak tenaga kerja yang dibutuhkan termasuk wanita. Padahal dalam budaya Indonesia, peran wanita dalam rumah tangga memiliki tanggung jawab tersendiri yaitu untuk mengurus segala keperluan rumah dan anggota keluarga di dalamnya. Peran ini akan lebih melekat pada wanita ketika telah menjadi seorang ibu rumah tangga. Wanita diwajibkan untuk mengurus rumah, suami dan juga anak. Dengan tanggung jawab yang tidak sedikit itu, kemudian ada sebagian dari mereka memilih untuk bekerja. Motivasinya beragam, karena bosan di rumah, menambah perekonomian keluarga, memanfaatkan hasil pendidikan yang telah diraih dan banyak motivasi lainnya. Disini peneliti tertarik untuk meneliti strategi koping wanita yang telah menjadi seorang ibu rumah tangga dan memilih untuk bekerja. Karena dari penjelasan di atas bisa kita lihat bagaimana beban tanggung jawab yang mereka harus pikul tidaklah sedikit. Sehingga muncul pertanyaan, bagaimana cara mereka bisa menjalani kehidupan dengan dua peran yang berat. Setelah dilakukan penelitian, didapatkan bahwa wanita bekerja memiliki berbagai masalah dan cara menghadapinya yang beragam.

Kata kunci: *Strategi Koping, Konflik Peran Ganda*

STRATEGI KOPING WANITA DALAM MENGHADAPI KONFLIK PERAN GANDA

Dhanang Dwi Saputro

dhanangdwisaputro@gmail.com

Pembimbing:

Aad Satria Permadi, S.Psi., MA

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

ABSTRACT

Woman employed a common phenomenon we are witnessing today. The development of industry, the more labor is needed including woman. When in Indonesian culture, the role of women in the household has the responsibility for its own which is to take care of any other use the house and family members in it. Th role of it will be attached to lady when has become a housewife. Women are obliged to take care of the house, husband and also thie children(s). Responsibility that were significant that, then there was some of them choose to work. There are many things that push woman choose to work, because of bored while at home, increase economy family, use their science from college and many other motivation it has. Here researcher interested to digging deeper coping strategy of woman who has become a housewife and choose to work. Because of explanation above would we see how the responsibility themselves who they had to bear. Then appeared a question, how do they can a life that two the role of heavy. Aafter research held, researcher had some fact that woman employed having various problems and way it diverse.

Keyword: *Coping Strategy, Work-Family conflict*

1. PENDAHULUAN

Sekarang ini banyak wanita yang bekerja baik di perusahaan ataupun usaha lokal. Motivasinya pun beragam ada yang bekerja demi membantu perekonomian keluarga, mengisi waktu luang daripada menganggur, memanfaatkan hasil dari pendidikan semasa di bangku kuliah dan alasan lain yang melatarbelakangi wanita memilih untuk bekerja. Memang tidak ada salahnya jika seorang wanita bekerja walaupun masyarakat Indonesia, khususnya Jawa, yang memiliki stigma bahwa wanita tugas utamanya adalah mengurus rumah tangga bukan bekerja di kantor. Untuk bekerja mencari uang itu urusan suami sedangkan wanita berkewajiban untuk mengurus rumah dan keperluan anak serta suami. Namun sekarang telah terjadi pergeseran budaya yang mana kita lihat sekarang ini banyak wanita bekerja dan sudah menjadi hal yang wajar.

Fenomena ini dipertegas dari data Badan Pusat Statistik (BPS) yang menunjukkan bahwa jumlah wanita pekerja di Indonesia pada tahun 2011 berjumlah 48,440 juta orang. Padahal pada tahun 2009 baru berada di angka 46,68 juta orang. Hal ini menandakan bahwa dari tahun ke tahun jumlah pekerja wanita semakin meningkat. Bahkan kemampuan atau *skill* wanita dalam bekerja tidak kalah dari kaum pria. Banyak kita lihat sekarang toko maupun swalayan hingga perusahaan yang membutuhkan karyawati ketimbang pegawai pria. Inilah yang menyebabkan wanita semakin besar keinginannya untuk bekerja karena kesempatan kerja yang terbuka lebar.

Tetapi akan timbul permasalahan jika wanita bekerja tersebut sudah berkeluarga dan menjadi seorang istri. Tentu dia memiliki dua tanggung jawab besar, selain harus bekerja seoptimal mungkin di kantor tetapi juga bertanggung jawab dalam mengurus keperluan suami dan atau anak-anaknya. Dua tanggung jawab inilah yang menimbulkan konflik peran ganda/ kerja-keluarga (*work family-conflict*). Dimana salah satu peran mengharuskan individu untuk lebih dominan disitu dan meminoritaskan peran yang lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Aini (2002) menemukan bahwa konflik keluarga berpengaruh positif pada konflik pekerjaan, yang berarti bahwa terjadinya konflik keluarga akan mendorong terjadinya konflik pekerjaan, yang berpotensi

mengurangi tingkat kepuasan kerja. Selain mengurangi tingkat kepuasan kerja, didapatkan pula dampak lain dari konflik kerja-keluarga mengacu pada hasil penelitian Murtiningrum (2005), yang mengatakan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara variabel konflik pekerjaan keluarga dengan variabel stres kerja. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Cinnamon dan Rich (Almasitoh 2011), menunjukkan bahwa ibu yang bekerja ternyata lebih sering mengalami konflik dan permasalahan, serta lebih menekankan pentingnya permasalahan keluarga dibandingkan pekerjaan, ketika keluarga sebagai dominan yang paling penting bagi kebanyakan wanita.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka muncul pertanyaan penelitian “**bagaimana strategi coping wanita dalam menghadapi konflik peran ganda?**”

1.1 Pengertian strategi coping

Coping berasal dari kata *to cope with* yang secara harfiah berarti mengatasi atau menanggulangi. Karena kata *coping* telah banyak digunakan dalam kalangan psikologi Indonesia maka kata tersebut diserap kedalam bahasa Indonesia menjadi coping. Hal ini ditujukan agar memudahkan dalam memahami bahwa coping tidak sesederhana dan semudah arti harfiahnya Rubbyana (2012). Berdasarkan kata harfiahnya maka coping adalah suatu cara untuk mengatasi dan menanggulangi. Perihal yang diatasi dalam konteks ini adalah permasalahan yang dialami oleh individu yang membuat hidup mereka tertekan karena ketidaksesuaian antara persepsi dan kenyataan yang diterimanya di lingkungan. Dengan *coping*, individu berusaha untuk meminimalisir tekanan yang mereka alami baik dari lingkungan maupun diri sendiri.

Hal yang sama juga dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman dalam (Wardani, 2009) mengatakan bahwa *coping* merupakan suatu reaksi yang khusus menghadapi tuntutan yang menekan individu baik dari dalam maupun dari lingkungan. Kemudian Taylor dalam (Wardani, 2009) mengemukakan tujuan dari tujuan coping yaitu keseimbangan emosi, mempertahankan

selfimage yang positif, mengurangi tekanan lingkungan atau menyesuaikan diri terhadap tekanan negatif, memelihara hubungan baik dengan orang lain.

1.2 Jenis-jenis strategi koping

Berdasarkan fungsinya, strategi koping dibagi menjadi dua bagian yaitu *problem focused coping* dan *emotion focus coping* Lazarus dan Folkman dalam (Sijangga, 2010).

a. *Problem focused coping*.

b. *Emotional focus coping*.

1.3 Faktor-faktor strategi koping

Menurut Lazarus dan Folkman dalam (Mutadin, 2002) faktor-faktor dari strategi koping adalah sebagai berikut:

- a. Kesehatan fisik dan usia
- b. Keyakinan atau pandangan positif.
- c. Keterampilan memecahkan masalah
- d. Keterampilan social
- e. Dukungan social

1.4 Konflik Peran Ganda (Kerja-Keluarga)

a. Pengertian konflik peran ganda

Sebenarnya bukan hanya wanita (istri) saja yang mengalami konflik ini, pria (suami) pun juga mengalaminya akan tetapi memang budaya di Indonesia menitikberatkan kewajiban mengurus rumah tangga adalah tugas dan tanggung jawab istri, sehingga apabila seorang istri yang kemudian bekerja akan menyebabkan dua kepentingan berbeda antara kepentingan karir dan keluarganya. Hal inilah yang membuat wanita lebih sering mengalami konflik, menurut (Apperson, 2002).

Lebih jelas lagi Susanto (2010) mendefinisikan bahwa konflik kerjakeluarga (*work-family conflict*) adalah konflik yang terjadi pada individu akibat menjalani dua peran berbeda, baik dalam pekerjaan (*work*) maupun

keluarga (*family*), di mana karena waktu dan perhatian terlalu tercurah pada satu peransaja di antaranya (biasanya pada peran dalam dunia kerja), sehingga tuntutan peran lain (dalam keluarga) tidak bisa dipenuhi secara optimal. Konflik pada dasarnya akan dialami oleh tiap individu jika ia dihadapkan pada dua hal atau lebih yang bertentangan dan dia harus membuat pilihan. Konflik peran sendiri merupakan simultan dari dua atau lebih peran yang diharapkan, namun pemenuhan satu peran akan bertentangan dengan peran lain.

1.5 Faktor-faktor konflik peran ganda

Stoner dan Charles dalam (Maretti, 2013) mengatakan bahwa faktor penyebab timbulnya konflik peran ganda adalah:

- a. *Time pressure*
- b. *Family size dan support*
- c. **Kepuasan kerja.**

1.6 Macam-macam konflik peran ganda

Greenhaus dan Beutell dalam (Oktariyanti, 2014) membagi konflik peran ganda menjadi tiga macam sebagai berikut:

- a. *Time-based conflict*
- b. *Strain-based conflict.*
- c. *Behavior-based conflict.*

1.7 Pertanyaan penelitian

Bagaimana strategi coping wanita dalam menghadapi konflik peran ganda?

2. METODE PENELITIAN

Seperti yang telah disebutkan bahwa penelitian ini berusaha untuk mengetahui dan memahami strategi coping yang dilakukan oleh wanita dalam menghadapi konflik dua peran yang mereka miliki (sebagai ibu rumah tangga dan sebagai wanita bekerja). Untuk itu digunakan metode penelitian secara kualitatif dengan

tinjauan fenomenologis untuk memahami suatu pengalaman menarik untuk diteliti yang dialami oleh individu atau kelompok berdasarkan sudut pandang yang bersangkutan secara mendalam.

Kemudian untuk validitas penelitian ini menggunakan metode peningkatan ketekunan yaitu, memperluas harapan awal dalam memunculkan gagasan, memfokuskan dengan melihat sumber data lain, membuat kutipan ekstensif, dan menggunakan penelitian lainnya sebagai pengecekan.

Adapun rincian identitas informan, waktu pelaksanaan penelitian dan rincian lain dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Pengambilan Data I

No.	Informan	Tanggal	Waktu	Tempat
1.	DM	29 Oktober 2015	20.41-20.57	Kediaman informan
2.	AW	24 November 2015	20.37-20.57	Wedangan kebon kulon
3.	NS	26 November 2015	19.34-19.55	Kediaman informan

Pengambilan Data II

No.	Informan	Tanggal	Waktu	Tempat
1.	DM	6 Maret 2016	14.58-15.30	Kediaman informan
2.	AW	19 Pebruari 2016	20.10-20.42	Kediaman informan
3.	NS	29 Pebruari 2016	20.22-20.55	Kediaman informan
4.	YS	2 Maret 2016	20.22-21.06	Kediaman informan

Data Diri Informan

No.	Nama	Usia	Pekerjaan	Lama Bekerja
1.	DM	28 tahun	Karyawan swasta	3 tahun
2.	AW	46 tahun	Karyawan swasta	3 tahun
3.	NS	52 tahun	Pegawai negeri	15 tahun
4.	YS	47 tahun	Karyawan swasta	20 tahun

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian di dapatkan hasil bahwa permasalahan yang dihadapi informan dalam menjalani peran ganda adalah kurang waktu untuk keluarga dan mengurus rumah, menyikapi ketika anak sakit, berbeda pendapat dengan teman kerja dan atasan. Untuk masalah waktu yang terbatas, Susanto (2010) telah menjelaskan bahwa konflik kerjakeluarga (*work-family conflict*) adalah konflik yang terjadi pada individu akibat menjalani dua peran berbeda, baik dalam pekerjaan (*work*) maupun keluarga (*family*), dimana karena waktu dan perhatian terlalu tercurah pada satu peran saja diantaranya (biasanya pada peran dalam dunia kerja), sehingga tuntutan peran lain (dalam keluarga) tidak bisa dipenuhi secara optimal. Masalah utama informan yang telah diwawancarai memang mengatakan bahwa waktu mereka di rumah sangat terbatas sehingga waktu untuk berinteraksi dengan keluarga kurang, belum lagi mengerjakan pekerjaan rumah yang juga menjadi tanggung jawab mereka.

Dari masalah tersebut, mereka memiliki cara tersendiri dalam mengatasinya. Cara mengatasi masalah yang informan lakukan terbagi menjadi dua yaitu, *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Bentuk *problem focused coping* yang mereka lakukan adalah menyewa pembantu untuk mengurus anak selagi bekerja, lalu memanfaatkan waktu luang sebelum dan sesudah bekerja untuk mengurus rumah dan berkomunikasi dengan keluarga khususnya suami, kemudian yang terakhir adalah dengan cara asertif ketika menghadapi permasalahan dengan teman kerja atau atasan sehingga masalahnya bisa segera terselesaikan. Bentuk strategi koping yang kedua adalah *emotion focused coping* contoh yang mereka lakukan adalah dengan mengalah (*restrain coping*), hal ini dilakukan ketika situasi dan kondisi yang tidak memungkinkan untuk berbicara langsung dengan teman kerja atau atasannya. Cara terakhir adalah mendekatkan diri pada Tuhan. Mereka percaya bahwa dengan mendekatkan diri pada Tuhan bisa membantu meringankan beban mereka dalam menghadapi masalahnya.

Upaya penanganan masalah di atas kemudian didukung oleh suami dengan membantu mengerjakan pekerjaan rumah dan dukungan secara moral yang pada

akhirnya membuat mereka menerima peran ganda yang dijalannya dengan baik. Hal ini telah disebutkan oleh Rosiana (2007) dalam jurnalnya yang mengatakan bahwa salah satu permasalahan wanita bekerja adalah kurangnya sikap pengertian dari suami seperti turut membantu pekerjaan rumah serta mengurus anak. Karena apabila terjadi suatu hal yang berkaitan dengan keadaan istri yang bekerja maka itu sudah pasti menjadi kesalahannya dan harus bertanggung jawab atas itu. Maka dari itu dukungan dari suami dirasa informan sebagai suatu dukungan paling besar yang mampu menjadi motivasi mereka dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Semua informan setuju bahwa dukungan suami sangat besar pengaruhnya untuk mereka selama ini karena tanpa dukungan suami akan mempengaruhi rumah tangga mereka dan kemudian bisa memberi efek negatif dalam pekerjaan informan. Pada akhirnya mereka mampu menerima peran ganda karena untuk membantu perekonomian keluarga, ingin mandiri secara finansial dan tanggung jawab atas anak mereka yang membutuhkan biaya pendidikan dan kebutuhannya.

Dari hasil pembahasan di atas bisa kita lihat bahwa permasalahan-permasalahan yang mereka alami dihadapi dengan melakukan strategi koping yang berfokus pada masalah seperti menyewa pembantu untuk mengurus anak, memanfaatkan waktu luang yang mereka miliki untuk mengurus rumah dan jika bermasalah dengan seseorang, mereka akan langsung berbicara padanya tentang apa yang dia rasakan agar diharapkan masalah tersebut bisa segera selesai. Kemudian koping yang berfokus pada emosi seperti mengalah apabila situasi dan kondisi yang ada tidak memungkinkan untuk bertindak gegabah. Dan cara terakhir adalah mendekatkan diri pada Tuhan agar membuat mereka tenang dalam menghadapi masalah. Dukungan suami disini menjadi sangat penting mengingat suami merupakan kepala keluarga yang menjadi pengambil keputusan dalam keluarga terlebih terkait keputusan istri untuk bekerja.

Daftar Pustaka

- Aini, I. N. (2002). *Konflik Pekerjaan Keluarga: Anteseden dan Pengaruhnya terhadap Kemangkiran*. (Tesis tidak dipublikasikan). Program Magister Psikologi, Universitas Gajah Mada, Jogjakarta.
- Almasitoh, U. H. (2011). Stress Kerja Ditinjau dari Konflik Peran Ganda dan Dukungan Sosial pada Perawat. *Psiokoislamika*, 63-82.
- Apperson. (2002). Women Managers and the Experience of Work-Family Conflict. *American Journal of Undergraduate Research*. Vol.1. No.3.
- Cucuni, H. (2013). Konflik Peran Ganda: Memahami Coping Strategi Pada Wanita Bekerja. *Sosial Budaya*, 10, 59-68.
- Greenhaus, Jeffrey H. (2002). Work-family conflict. *Journal of The Academy of Management Review*, 4 (5), 1-9.
- Marettih, A. K. (2013). Work-Family Conflict pada ibu bekerja (Studi fenomenologi dalam perspektif gender dan kesehatan mental). *sosial budaya*, 27-37.
- Murtiningrum, A. (2005). *Analisis Pengaruh Konflik Pekerjaan-Keluarga terhadap Stres Kerja dengan Dukungan Sosial Sebagai Variabel Moderat*. (Tesis tidak dipublikasikan). Program Pasca Sarjana Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, Semarang.
- Oktariyanti, F. (2014). *Manajemen Konflik Pada Perempuan Dengan Peran Ganda (Studi Pada Ibu Bekerja di Kota Malang)*. (Skripsi). Universitas Brawijaya Malang.
- Rosiana, D. (2007). Mengatasi Konflik Peran Sebagai Karyawan Dan Ibu Rumah Tangga Pada Tenaga Kerja Wanita Di Indonesia. *Fakultas Psikologi Unisba*, 23(2), 271-287.
- Susanto. (2010). Analisis Pengaruh Konflik Kerja-Keluarga terhadap Kepuasan. *Aset*, 75 - 85.
- Sijangga, W. N. (2010). *Hubungan Antara Strategi Coping*. (Skripsi). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.